

Autisme en conflicthantering – verslag ACK avond 16-5-2017

Op dinsdagavond 16 mei was alweer het 2e Auticafé van 2017. Locatie zoals altijd de Juliana van Stolbergsschool te Castricum. Het thema van de avond was deze keer; autisme en conflicthantering. Hiervoor was uitgenodigd Anneke Eenhoorn om de avond in te leiden. Anneke is psychotherapeut en klinisch psycholoog bij Stichting De Praktijk.

Met vereende krachten wordt de zaal in orde gemaakt, waarbij iedereen zijn eigen taak heeft. Als de koffie staat te pruttelen, komen de eerste bezoekers al binnenlopen. Het belooft een drukke avond te worden met ongeveer 50 vooraf aangemelde bezoekers.

Bij binnenkomst loop je ook langs de uitgebreide folder- en boekentafel, waar van alles ligt met betrekking tot autisme. Folders mogen uiteraard meegenomen worden, iets waar gretig gebruik van wordt gemaakt.

Om 20.00 uur opent Nanette de avond en heet iedereen welkom. In het kort neem zij het programma van de avond door. En vertelt ook onder meer waar Auticafé Kennemerland voor staat en wat ze doen. Hierna geeft ze het woord aan Anneke Eenhoorn.



Anneke begint te vertellen wat autisme nu precies inhoudt. En hoe een persoon met autisme kan reageren op allerlei prikkels en gebeurtenissen in zijn of haar omgeving. Kleine dingen kunnen grote gevolgen hebben. En dat kan leiden tot allerlei conflicten. Als voorbeeld noemt ze Mira, een 14-jarig meisje. Zij zit in de derde klas van de middelbare school. Al vanaf dat zij baby is wordt ze snel boos. En nu zo vlug kwaad wordt, dat ouders het niet meer weten. Vervolgens vertelt Anneke meer over hoe mensen met autisme omgaan met communicatie. Dat kan best verwarrend, omdat ze dingen soms letterlijk nemen. En ook moeite hebben om flexibel te denken. Hierdoor ontstaan problemen met de communicatie. Als een autistisch persoon bijvoorbeeld planmatig lastig kan denken, dan zijn stap voor stap pictogrammen een uitstekend hulpmiddel. Ook de executieve functies, zoals bijvoorbeeld; plannen, organiseren, werkgeheugen, flexibiliteit en concentratie zijn bij personen met autisme niet goed afgesteld. Ook treden sensorische problemen (o.a. horen, zien, ruiken) op, waar men over- of ondergevoelig voor is. Vaak heeft heftig negatief gedrag te maken met sensorische problemen.

Over het maken van oogcontact kwamen er veel alternatieven naar voren. Oogcontact is niet af te dwingen (en heel moeilijk is voor ass). Bijvoorbeeld: spreek af naar iemands neus of haar te kijken. En accepteer het feit dat het zo is. Onderzoek ook wat wel werkt. Een vrouw uit de zaal vertelt over haar zoon, waar zij alleen mee kan praten als ze elkaar niet zien, maar wel allebei in dezelfde ruimte zijn.

De gewone wereld is voor mensen met autisme vaak onbegrijpelijk, onvoorspelbaar en dus beangstigend. Veel mensen reageren op angst door boos te worden. Vaak heftig boos. Hierdoor is het heel belangrijk dat zij een eigen routine en rituelen hebben. Die combinatie is al lastig genoeg, want angstig zijn vanwege onvoorspelbaarheid van de wereld om je heen, en minder grip op je eigen gedrag en gevoel hebben geeft een grotere kans op conflicten. Om dit explosieve gevaar te verminderen, dien je er voor te zorgen dat je kind de wereld om zich heen beter gaat begrijpen. Dat kan alleen als de ouder de wereld van zijn kind begrijpt. Een ervaringsdeskundige kwam net de volgende tips;

- Vertel je kind dat het niet in alles goed hoeft te zijn
- Zeg duidelijk in een conflict dat je boos bent op iemands gedrag. Niet op de persoon zelf.
- Als je weggaat (als het kind boos is), zeg dat je weer terug komt.
- Oefen samen met je kind hoe je boos kan zijn.

Verder kwam tijdens de avond, bij de vraag hoe je uitlegt wat verliefd zijn is bijvoorbeeld, werd de website outsider.net genoemd. Ook kwam **geef me de 5** als tip naar voren.

Anneke benadrukt dat communicatie ook heel erg belangrijk is. Wees duidelijk, luister goed, neem de tijd. En geen verhalen over jezelf.

Hierna vertelt Anneke nog over de sociale interacties waardoor alles minder verwarrend en duidelijker wordt. Stel bijvoorbeeld geen open vragen. Natuurlijk zullen er altijd conflicten komen, maar Zie dat als de gang der dingen en niet als je eigen falen of dat van je kind. Probeer prikkels weg te nemen. En straf niet tijdens uitbarsting. Anneke besluit met; houd moed. “Een traag groeiende boom kan zich uiteindelijk tot de hoogste boom ontwikkelen.”

Tijdens haar verhaal beantwoordt Anneke ook diverse vragen vanuit het publiek. Helaas moet er -door het late tijdstip- een einde gemaakt worden aan de avond. Heel jammer, want er zijn zoveel vragen en verhalen die nog verteld kunnen worden.

Dan is het tijd voor het 1-minuutje. Diverse mensen komen met tips. En waardevolle informatie.

Nanette bedankt hierna iedereen voor zijn of haar aanwezigheid. En nodigt ook iedereen uit voor de Autipicknick op 1 juli in Alkmaar.

De avond wordt om 22.15 uur afgesloten met een hapje en een drankje. In rap tempo wordt de zaal weer in zijn originele staat teruggebracht. En kunnen we trots terugkijken op een drukbezochte avond.

De presentatie van Anneke is als pdf bijlage toegevoegd.